

# Maṅgala Sutta - 38 Berkah Utama



**SELALU HIDUP NYAMAN DAN BAHAGIA DENGAN  
MENGEMBANGKAN 38 AJARAN BUDDHA**

sukhesikarama.com

Maṅgala sutta (*Khuddakapāṭha 5 & Sutta Nipāta 2.4*) adalah khotbah tentang 38 berkah utama. Di sini sesosok dewa datang dan bertanya kepada Sang Buddha apa arti sebenarnya dari berkah. Ia bertanya karena terdapat banyak pandangan yang berbeda-beda tentang arti dari sebuah berkah. Banyak orang beranggapan bahwa hal yang patut disebut sebagai berkah adalah berbagai hal berwujud materi yang didapatkan dalam kehidupan sehari-harinya. Contohnya seperti kekayaan dalam bentuk uang, rumah, mobil mewah, dan sebagainya. Atau pun bisa dalam bentuk suami / istri / anak yang rupawan. Tentunya untuk bisa mendapatkan hal-hal tersebut, dibutuhkan suatu usaha yang sebanding terlebih dahulu.

Pandangan di atas sebenarnya merupakan pandangan yang sangat dangkal tentang arti sesungguhnya dari berkah. Di dalam Mahā Maṅgala Sutta, Sang Buddha menjelaskan dengan menyeluruh apakah yang layak dan sangat pantas disebut sebagai berkah utama. Terdapat 38 jenis berkah yang jika dimiliki seseorang maka hidupnya pasti dijamin penuh dengan kenyamanan.

Berbeda dengan berkah pada umumnya, **SELURUH ASPEK BERKAH UTAMA INI TERDAPAT DI DALAM DIRI MASING-MASING INDIVIDU DAN BERWUJUD MENTAL**. Jika anda teliti lebih dalam, tidak ada satu aspek pun yang menyebutkan tentang materi. Pandangan benar seperti inilah yang selalu ditekankan oleh Sang Buddha, bahwa kualitas hidup seseorang pasti secara total dipengaruhi oleh kualitas mental yang berada di dalam. Jika seseorang memiliki kualitas mental yang sangat baik, maka secara otomatis hidupnya akan selalu bahagia. Sang Buddha tidak pernah sekalipun menyatakan bahwa seseorang yang memiliki kekayaan materi pasti hidupnya bahagia. Namun, justru Beliau selalu mengupas tentang bahaya dari kemelekatan pada materi.

Sama halnya dengan berkah pada persepsi banyak orang, **38 BERKAH UTAMA INI DAPAT DICARI DAN DIKEMBANGKAN OLEH SIAPAPUN ASALKAN MEREKA BERUSAHA DENGAN KEMAUAN DAN TEKAD YANG GIGIH.** Mengembangkan setiap aspek dalam berkah utama ini sebenarnya merupakan bentuk praktik langsung Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan (SJMBD) yang terdiri dari sīla (menjaga kemoralan, berdāna, bermettā), [samādhi \(meditasi\)](#), paññā (hasil ketika kualitas mental meningkat dari lenyapnya kekotoran batin / kilesa).

Dalam pembahasan ini [Y.M. Bhikkhu Gunasiri](#) memberi pengertian tambahan menuju ke arah adiduniawi (lokuttara) yang patut dipahami dan dikembangkan bagi seorang yogi, mereka yang giat mengikis kekotoran batin / kilesa untuk terbebas dari saṃsāra hingga mencapai tingkat kesucian di kehidupan sekarang ini juga.

D: Duniawi (Lokiya)

AD: Adiduniawi (Lokuttara)

## **CIRI-CIRI SEORANG MANUSIA YANG MEMILIKI BERKAH UTAMA (No. 1 - 17)**

### **TERHADAP DIRI SENDIRI**

#### **1. Asevanā ca bālānaṃ**

D: Tidak bergaul dengan orang yang tidak bijaksana.

AD: Tidak bersekutu dengan kebodohan (lobha, dosa, moha).

#### **2. Paṇḍitānaṃca sevanā**

D: Bergaul dengan orang yang bijaksana.

AD: Bersekutu dengan yang layak (nāma-rūpa / timbul lenyap yang ada di jasmani).

#### **3. Pūjā ca pūjanīyānaṃ**

D: Menghormat yang patut dihormati.

AD: Menjunjung tinggi pada yang pantas dijunjung. (Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan / SJMBD).

#### **4. Paṭirūpadesavāso ca**

D: Hidup di tempat yang sesuai.

AD: Berdiam dalam perenungan, tahu dan catat pada jasmani (aktif jasmani).

#### **5. Pubbe ca katapuññatā**

D: Berkat jasa-jasa dalam hidup yang lampau.

AD: Tahu segala fenomena nāma-rūpa / timbul lenyap adalah buah kamma yang lampau.

#### **6. Attasammāpaṇidhi ca**

D: Menuntun diri ke arah yang benar.

AD: Melakukan pengendalian diri dengan benar dan baik.

### **7. Bāhusaccañca**

D: Berpengetahuan luas.

AD: Berjuang untuk mendapatkan pengetahuan sejati (paññā) yang tinggi.

### **8. Sippañca**

D: Berketerampilan.

AD: Hingga memiliki kemahiran melihat anicca.

### **9. Vinayo ca susikkhito**

D: Terlatih baik dalam tata susila.

AD: Pengetahuan langsung (pengalaman) dari hasil praktik moral dan meditasi.

### **10. Subhāsītā ca yā vācā**

D: Ramah tamah dalam ucapan.

AD: Kebiasaan bertutur kata baik dan sopan.

## **TERHADAP SANAK KELUARGA**

### **11. Mātāpitu-upaṭṭhānaṃ**

D: Membantu ayah dan ibu.

AD: Melayani dan memberikan kebutuhan materi dan spiritual untuk ayah dan ibu.

### **12. Puttadārassa saṅgaho**

D: Menunjang anak dan isteri.

AD: Menggabungkan dan menafkahi anak dan isteri secara materi dan spiritual.

### **13. Anākulā ca kammantā**

D: Tidak melakukan pekerjaan tercela.

AD: Pelaksanaan yang berkesinambungan dengan tulus dan disiplin.

## **TERHADAP ORANG BANYAK / LINGKUNGAN**

### **14. Dānañca**

D: Berdāna.

AD: Melakukan Dāna (memberi tanpa pamrih).

### **15. Dhammacariyā ca**

D: Hidup sesuai dengan Dhamma.

AD: Mengajar Dhamma, kebaikan, kebajikan.

#### **16. Āṅākaṅga saṅgaha**

D: Menyokong sanak keluarga.

AD: Merangkul sebagai sanak saudara untuk pertolongan materi dan spiritual

#### **17. Anavajjāni kammāni**

D: Bekerja tanpa cela.

AD: Tidak menghindari pekerjaan yang berkaitan dengan Dhamma.

## **SIKAP AWAL SEORANG MANUSIA YANG BERJUANG UNTUK MEMILIKI BERKAH UTAMA (No. 18 - 34)**

### **BERUSAHA MERAWAT SĪLA**

#### **18. Ārati**

D: Menjauhi.

AD: Menjauhi perbuatan tercela dari kondisi luar.

#### **19. Viratī pāpā**

D: Menghindari perbuatan buruk.

AD: Menghindari perbuatan buruk dari kondisi dalam batin.

#### **20. Majjapānā ca saññamo**

D: Menahan diri dari minuman keras.

AD: Penguasaan pikiran dari gejolak nafsu keinginan dan perasaan untuk melakukan hal-hal yang dapat melemahkan kesadaran (mabuk kepayang) seperti minum minuman keras, menggunakan narkoba, berjudi, dan sebagainya.

#### **21. Appamādo ca dhammesu**

D: Tekun melaksanakan Dhamma.

AD: Terus berjuang dan penuh perhatian pada nāma-rūpa (timbul-lenyap) yang berada di jasmani kasar sendiri.

## **MENGHORMATI GURU (SANG BUDDHA, PEMBIMBING, DIRI SENDIRI, DAN PRAKTISI LAIN)**

#### **22. Gāraḅo ca**

D: Memiliki rasa hormat.

AD: Bersikap hormat dan taat.

### **23. Nivāto ca**

D: Merendahkan hati.

AD: Merendahkan hati dan tidak sombong.

### **24. Santuṭṭhī ca**

D: Merasa puas dengan yang dimilikinya.

AD: Puas dalam kesederhanaan dan pengendalian.

### **25. Kataññutā**

D: Ingat budi baik orang.

AD: Tahu menghargai budi jasa dengan meniru yang baik.

### **26. Kālena dhammassavanam**

D: Mendengar Dhamma pada saat yang sesuai.

AD: Di waktu yang tepat dengarlah dhamma dan mempraktikkannya.

## **MAU BELAJAR DAN MEMPRAKTIKKAN**

### **27. Khantī ca**

D: Sabar.

AD: Sabar, melatih kesabaran dengan kelembutan.

### **28. Sovacassatā**

D: Mudah dinasihati.

AD: Menerima apa adanya dengan menyadari dan mencatat.

### **29. Samaṇānañca dassanam**

D: Sering mengunjungi para Pertapa.

AD: Berguru dan berdiskusi pada “Samaṇā” yang berpengalaman.

### **30. Kālena dhammasākacchā**

D: Membahas Dhamma pada saat yang sesuai.

AD: Di waktu yang tepat mintalah pengarahan dari-Nya.

## **MENGENDALIKAN DAN BERJUANG**

### **31. Tapo ca**

D: Bersemangat dalam mengikis kilesa

AD: Melakukan tapa / meditasi / bhāvanā; melaksanakan Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan (SJMBD).

### **32. Brahmacariyañca**

D: Menjalankan hidup suci.

AD: Menjalankan kehidupan suci; mengutamakan Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan (SJMBD) dalam kehidupan keseharian.

### **33. Ariyasaccāna dassanañ**

D: Melihat “Empat Kesunyataan Mulia”.

AD: Menyelami “Empat Kebenaran Mulia”; merealisasikan Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan (SJMBD) dengan melihat dan mematangkan anicca, hingga memahami dukkha dan anatta.

### **34. Nibbānasacchikiriya ca**

D: Mencapai “Nibbāna”.

AD: Tercapai “Nibbāna”; memiliki Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan (SJMBD).

## **KUALITAS MENTAL SEORANG MANUSIA YANG MEMILIKI BERKAH UTAMA (No. 35 - 38)**

### **35. Phuṭṭhassa lokadhammehi, cittañ yassa na kampati**

D: Meski mengalami hal-hal duniawi.

AD: Saat mengalami “loka-dhamma” (untung-rugi, tenar-tidak tenar, hujatan-sanjungan, kebahagiaan-penderitaan) batinnya tidak terpengaruh.

### **36. Asokañ**

D: Tidak sedih / batin tak tergoyahkan.

AD: Tidak melekat, tahu dan catat pada jasmani.

### **37. Virajañ**

D: Tiada marah, tanpa noda.

AD: Tidak menimbulkan kekotoran batin / kilesa baru dari dalam batin.

### **38. Khemañ**

D: Penuh damai.

AD: Tenang, damai, batin tetap seimbang.

**Etādisāni katvāna**

**Sabbatthamaparājita**

## **Sabbattha sothim gacchanti**

D: Karena dengan mengusahakan hal-hal itu, manusia tak terkalahkan dimanapun juga, serta aman berjalan kemana juga.

LD: Setelah kualitas-kualitas di atas dilakukan, makhluk-makhluk bagaimanapun juga tak akan tertaklukkan, dalam bagaimanapun aman dan kemanapun senantiasa aman.

## **Tantesam mangalamuttamanti.**

Demikianlah ini “BERKAH UTAMA”.

[#BedahSutta](#)